

## اثر تمارينات مهارية بأسلوب التعلم السريع في تعلم مهارة الارسال بالتنس للطالبات

م.د مروة عبد الكريم عبد الرحمن

[marwaabdkarim@gmail.com](mailto:marwaabdkarim@gmail.com)

الكلمات المفتاحية : تمارينات مهارية , اسلوب التعلم السريع , مهارة الارسال في  
التنس

**Keywords: skill exercises, style of rapid learning, physical-  
kinesthetic intelligence, serve skill in tennis**

تأريخ استلام البحث : 2024/5/12

DOI:10.23813/FA/28/4

FA/2024012/28P/11/595

### ملخص البحث :

شهد العالم تطورات كبيرة في العديد من الميادين ومنها الميدان الرياضي إذ شهد تطورا للأداء الفني في الألعاب والفعاليات الرياضية كافة وفي مختلف المستويات، والذي أدى إلى تسريع عمليات التعلم واختصار زمنه ويركز التعلم السريع على مدى تفاعل المتعلم و انشغاله بالمادة العلمية من خلال عملية اجتماعية تعاونية مليئة بالدعم والتوجيه من كل المصادر المحيطة والمتوفرة حوله وتلخصت أهمية البحث باستخدام تمارينات مهارية بأسلوب التعلم السريع للطالبات في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والتي تؤثر في مهارة الارسال في التنس للطالبات وهدف البحث الى اعداد تمارينات مهارية بأسلوب التعلم السريع لدى طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وتضمنت اجراءات البحث في استخدام اختبار مهارة الارسال في التنس الارضي واستخدمت الباحثة المنهج التجريبي لملاءمته طبيعة المشكلة ، وتحقيق أهداف البحث ، واعتمدت تصميم المجموعة العشوائية ذات الاختبارين القبلي والبعدي وقد تكون مجتمع البحث من طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وقد بلغ عدد عينة البحث (10) طالبة يمثلون نسبة 50% من مجتمع الاصل . وتوصلت الباحثة الى عدة استنتاجات :

1- أن استخدام التمارينات المهارية بأسلوب التعلم السريع كان لها اثرٌ ايجابي في مهارة الارسال بالتنس .

2- حصلت فروقاتٍ معنوية في اختبارات متغيرات الدراسة القبليّة والبعديّة لصالح الاختبار البعدي .

وقد اوصت الباحثة بعدة توصيات يمكن اجمالها بالاتي :

- 1- استخدام اسلوب التعلم السريع في تعلم مهارات اساسية اخرى في التنس .
- 2- ضرورة استخدام اسلوب التعلم السريع ضمن طرائق تدريس في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.

## **The effect of skill exercises in the style of rapid learning on learning the serve skill in tennis female students**

**Marwa Abdulkareem Abdurrahman**

### **Abstract :**

The world is witnessing great developments in many fields, including the sports field, as it witnessed a development of technical performance in all sports and games and events at various levels, which led to accelerating learning processes and shortening its time. Rapid learning focuses on the extent of the learner's interaction and preoccupation with the scientific material through a cooperative social process filled with support and guidance from all the surrounding and available sources around it. The importance of the research was summarized by using skill exercises in a quick learning style for the female students in the College of Physical Education and Sports Sciences, which affect the skill of tennis for the female students. Department of Physical Education and Sports Sciences and the research procedures included the use of the physical-kinetic intelligence scale in addition to testing the transmission skill in tennis. Finally, the number of (10) female students represents 50% of the community of origin. The researchers reached the following conclusions:

- 1- The use of skill exercises in a quick learning style had a positive effect on the skill of serve tennis.
- 2- There were significant differences in the tests of the variables of the pre and post study in favor of the post choices.

The researchers recommended:

- 1- Adopting the rapid learning method to let students learn other basic skills in tennis.

## 2- The necessity of using the quick learning method within the teaching methods in the faculties of physical education and sports sciences.

### التعريف بالبحث :

#### 1-1 مقدمة البحث وأهميته :

شهد العالم في الآونة الأخيرة تطوراً في مجالات الحياة العلمية والعملية وذلك كان له تأثير كبير في البحث العلمي من ناحيتي التعليم والتعلم نظرياً وعملياً ما يخص الجانب الحركي الذي يكون مهماً لإفراد المجتمع كافة سواء في الميدان الرياضي والحياة العملية إذ إنَّ التعلُّم الحركي هو نوع من أنواع التعلُّم، وقد تنوعت طرائقه، وتعددت أساليبه طوال هذه السنوات، وأن للتمرينات الأثر المباشر على حياة الفرد بشكل عام فهي ضرورية للفرد من أجل إن يحيا حياة سعيدة وسليمة خالية من الأمراض والعاهات والتشوهات فضلاً عن أنها تستخدم وسيلة للراحة النفسية والمتعة هذا بشكل عام، إما بالنسبة للمهتمين في المجال الرياضي فهي ذات أهمية كبيرة في العناية بقوام ولياقة اللاعبين وتنمية وتطوير الصفات البدنية والمهارية للاعبين وكذلك أهمية اسلوب التعلُّم السريع في تعلم المهارات بسرعة ودقة من خلال مجموعه من الخطوات التي تكون مهمة و مترابطة في تعلم المهارات بشكل تام فضلاً عن العامل النفسي الذي يعد من العوامل المهمة لتحقيق النتائج الجيدة في مختلف الالعاب وتحقيق الانجازات , نتيجة الاستفادة من البحوث والدراسات العلمية, في إيجاد وابتكار أساليب وطرائق , علمية لغرض تطوير ومعالجة والمشاكل في المجال الرياضي, بطرائق البحث العلمي والاستفادة منه , وكذلك الإحساس بحركة الجسم ووضعه وقدراته البدنية والمهارية والخطئية والنفسية وهذه القدرات يتطلب توافرها بقدر متكافئ نتيجة للترابط الوثيق فيما بينها , لكل لعبة من الالعاب الرياضية , اداءً حركيا خاصا يميزها عن باقي الالعاب , ومن هذه الالعاب لعبة التنس الارضي فهي تعد من الالعاب التي تحتاج استجابة كبيره بعدها من المهارات المفتوحة التي يتعرض اللاعب من خلالها الى مواقف مختلفة تتطلب الاستجابة بدقة وسرعة للمواقف السريعة والصعبة لهذه اللعبة .

وتكمن أهمية البحث باستخدام تمرينات مهارية بأسلوب التعلُّم السريع للطلبات في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والتي تؤثر في مهارة الارسال بالتنس للطلبات.

#### 2-1 مشكلة البحث :

من خلال ملاحظة الباحثة لأداء الطالبات لمهارات التنس الارضي وجدت ان هناك اختلافاً في مستوى اداء الطالبات للمهارات فهناك استجابات متباينة منها سريعة ومنها بطيئة أثناء الاداء وتعتقد الباحثة ان سبب اختلاف مستوياتهم في اداء وتعلم المهارات الاساسية في التنس الارضي يرجع الى اختلافهم وتباينهم في الاستجابة منهم استجابته سريعة ومنهم بطيئة وكذلك الى عدم استخدام اساليب حديثه للعلم والاعتماد بشكل كلي لتعليم المهارات على الطرق التقليدية رغم اختلاف

مستويات الطالبات وارتأت الباحثة ان استخدام اسلوب التعلم السريع الذي يمتلك القدرة على توظيف أحدث الوسائل التكنولوجية , والبسيطة كذلك منفتح ومرن, يضمن مشاركة المتعلمين الفعالة في العملية التعليمية... لا يؤسس التعلم السريع أساليب جامدة , بل يترك المجال واسعا للمرونة حسب المؤسسة التعليمية كذلك على استخدام الحواس كافة في التعلم و مراعاة الفروق الفردية دور في تعلم الطالبات لهذه المهارات بصورة مثالية .

ونظراً لما تقدم أرادت الباحثة دراسة تلك المشكلة والتي يمكن أن تتلخص في السؤال الآتي: هل للتمرينات المهارية بأسلوب التعلم السريع أثر في تعلم مهارة الارسال بالتنس للطالبات في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ؟ ولاشك إن معرفة الإجابة عن ذلك السؤال سيؤدي إلى إتباع منهاج أكثر تأثيراً في عملية التعلم مما يؤثر إيجاباً في تحسين وتسريع عملية التعلم .

### 3-1 أهداف البحث:

1. اعداد تمرينات مهارية بأسلوب التعلم السريع لطالبات المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى.
2. التعرف على تأثير التمرينات المهارية بأسلوب التعلم السريع في تعلم مهارة الارسال بالتنس للطالبات .

### 4-1 فروض البحث:

1. للتمرينات المهارية بأسلوب التعلم السريع تأثير إيجابي في تعلم مهارة الارسال بالتنس للطالبات .
2. للتمرينات المهارية بأسلوب التعلم السريع أفضلية عن المنهاج المتبع في تعلم مهارة الارسال بالتنس للطالبات في الاختبار البعدي.

### 5-1 مجالات البحث:

- 1-5-1 المجال البشري: طالبات المرحلة الثالثة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة ديالى.
- 2-5-1 المجال الزمني: المدة من 2023 /11/5 ولغاية 2024/1/3
- 3-5-1 المجال المكاني: ملعب التنس في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة ديالى .

### 2- الدراسات النظرية والمشابهة :

#### 1-2 الدراسات النظرية :

#### 1-1-2 التمرينات المهارية :

إن التمرين هو الصفة المميزة للوحدة التعليمية والتدريبية وعليه يعتمد مقدار التعلم والتطور في الأداء , تعددت الآراء حول مفهوم التمرين , حسب تعدد أغراضه ويعرف بأنه مجموعة من الأوضاع والحركات التي تهدف إلى تشكيل وبناء الجسم وتنمية قدراته الحركية المختلفة " ، (غازي صالح, 2011, 35) وتعد

التمرينات المهارية احد الجوانب الرئيسية المهمة في ممارسة الرياضة اذ تعد نقطة انطلاق الرياضي للوصول الى الهدف وقد عرفها (فرات سعد الله، 2015) وهي "ترتيب المجاميع العضلية وتنظيمها بما ينسجم مع هدف الحركة والاقتصاد بالجهد والسهولة وفق القانون " .(فرات جبار , 2015, 35) وقسمت التمرينات الى ثلاثة اقسام:

1. تمرينات من حيث اغراضها وهي (تمرينات أساسية عامة، تمرينات خاصة ، تمرينات المنافسة).
2. تمرينات من حيث المادة وتشمل(تمرينات بالأدوات، تمرينات على الأجهزة، تمرينات حرة).
3. تمرينات من حيث التأثير على اعضاء الجسم المختلفة وتشمل(تمرينات التحمل، تمرينات التوازن، تمرينات الرشاقة، تمرينات القوة، تمرينات الاسترخاء) (ليلي زهران , 2005 , 29-30)

## 2-1-2 مفهوم اسلوب التعلم السريع :

هو أسلوب التعلم الأكثر تقدماً، إنه مصطلح واسع جداً يشمل مختلف المنهجيات والتقنيات والأساليب في التدريس والتعلم وبعض الأساليب التي من شأنها أن تعد عموماً تدرج تحت عنوان التعلم السريع، وهي خرائط العقل، وتحفيز الدماغ، وتطبيق نظرية الذكاءات المتعددة، وتقنيات الذاكرة المختلفة، واستخدام الموسيقى للتأثير على الحالة العاطفية والنفسية للمتعلمين، وتنفيذ البرمجة اللغوية العصبية . (جاسم حسن , 2013, 22)

و عرف أيضاً على أنه أسلوب تعلم باستخدام الحواس المتعددة والدماغ ومنهجية التعلم (وسام صلاح , 2017, 130)

أن التعلم السريع قائم على أبحاث الدماغ , فهو يُقر أن كل متعلم لديه نمط مُفضل في التعلم يناسبه أكثر من غيره , فإذا تعلم استخدام التقنيات التي تتطابق مع نمطه التعليمي المفضل سيكون تعلمه أكثر تلقائية عفوية، ولأنه أكثر عفوية وطبيعية فإنه أسهل ولأنه أسهل فهو أسرع ومن هنا أتت تسمية التعلم السريع (وسام صلاح , 2017, 133).

وأرتأت الباحثة بأنه أحد الأساليب الحديثة التي يسابق فيها المتعلم نفسه للوصول إلى أهدافه بغض النظر عن الوسائل والتقنيات لذلك يبحث عن أقرب الاساليب التي توصله للهدف مهما اختلفت، أي إنه يعتمد على تقديم خيارات ووسائل تعلم مختلفة تناسب أنماط تعلمهم مما يتيح لجميع المتعلمين تحقيق التعلم بالطريقة الأنسب لهم والأكثر فاعلية.

## 2-1-2-1 مراحل التعلم السريع بصورة عامة (وسام صلاح , 2017 , 135-136):

هناك أربع مراحل يمر بها التعلم السريع وهي:

- 1- مرحلة التحضير: مرحلة اجتذاب الاهتمام.
- 2- مرحلة العرض: مرحلة التقديم الاولي للمعرفة الجديدة، أو المهارة التي يتم تعليمها، فهي مرحلة المواجهة الأولى بين المتعلم ومادة التعلم.
- 3- مرحلة التمرين: مرحلة تكامل المعرفة الجديدة أو المهارة الجديدة.

4- مرحلة الأداء: مرحلة تطبيق ما تعلمه المتعلم على حالات من الحياة الحقيقية. رأت الباحثة بأنه رغم اختلاف مسميات المراحل الأربعة للتعلم السريع , إلا أن كل تسمية تدل على المرحلة نفسها, وتركز هذه المراحل على التعلم والطالب وليس على المعلم والمعلم , وكانت مهمة المعلم في ذلك , تسهيل عملية التعلم من خلال خلق بيئة مريحة وممتعة واشغال الطلاب بالمادة العلمية والأخذ بنظر الاعتبار الفروق الفردية لديهم وتعزيز الثقة بالنفس لديهم .

### 2-1-3 مهارة الإرسال في التنس الأرضي :

تُعد مهارة الإرسال واحدة من أهم المهارات , التي يجب أن يتميز بها لاعب التنس الجيد، فالإرسال مفتاح اللعب الهجومي والقوة الضاربة في اللعب , واللاعب الجيد الذي يمتلك إرسالاً يتميز بالقوة والدقة تكون فرصته كبيرة, في كسب المباراة. ان أداء الإرسال بشكل جيد يؤدي إلى زيادة فرصة اللاعب بالفوز بالمباراة بأقل ما يمكن من المجهود البدني، هذا فضلاً عن التأثير على معنويات اللاعب الخصم أثناء المباراة , لذا يكون من الضروري جداً الاهتمام بمهارة الإرسال والتدريب عليها بشكل مستمر وبما يضمن إتقانها وعلى مستوى عالٍ من الثبات في الأداء. والهدف من الإرسال , هو وضع الكرة في حالة اللعب بحيث يكون من الصعب على الخصم إرجاع الإرسال بقوة أو عدم إرجاعه على الإطلاق، وإن للاعب المرسل الحرية الكاملة عند أدائه الضربة، إذ تعد ضربة الإرسال الضربة الوحيدة التي يؤديها اللاعب دون الوقوع تحت ضغط ما، إذ يكون لديه الوقت الكافي لإعداد نفسه للقيام بضرب الكرة.

وتعد ضربة الإرسال المفتاح الأول, لبداية اللعب ومن أصعب الضربات لأنها تحتاج إلى سيطرة كبيرة، ولا يمكن البدء بتسجيل النقاط إلا بعد هذه الضربة. (مازن هادي , 2012, 327)

### 3- منهجية البحث واجراءاته الميدانية :

#### 3-1 منهج البحث :

استخدمت الباحثة المنهج التجريبي , لملاءمة طبيعة المشكلة , وتحقيق أهداف البحث, واعتمدت تصميم المجموعة العشوائية ذات الاختبارين القبلي والبعدي, والمنهج التجريبي هو الاختيار الحقيقي للعلاقة الخاصة بالسبب أو الأثر ويمثل الاقتراب الأكثر صدقاً تحل عدداً من المشكلات العلمية بصورة عملية .

#### 3-2 مجتمع البحث وعينته :

تعد العينة بانها ذلك الجزء من المجتمع الذي يجري اختيارها على وفق قواعد وطرائق علمية اذ تمثل المجتمع خير تمثيل . تكون مجتمع البحث من طالبات كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة والبالغ عددهم (20) طالبة وانتقت الباحثة (10) طالبة وبالطريقة العشوائية لتكون المجموعة التجريبية التي تمثل نسبة 50% من مجتمع الاصل .

### 3-3 الوسائل والادوات والاجهزة المستعملة في البحث :

#### 3-3-1 وسائل جمع المعلومات :

- المصادر العربية والاجنبية .
- شبكة الانترنت العالمية .
- الاختبار والقياس .
- استبانة تسجيل نتائج اختبار مهارة الارسال .

#### 3-3-2 الأدوات والاجهزة المستعملة بالبحث:

- ملعب تنس قانوني.
- مضارب للتنس الارضي.
- حبل مطاطي.
- كرات .
- قوائم بأرتفاع (220 سم) .
- شريط قياس .
- كاميرا تصوير فيديو ، وأقراص DVD.
- جهاز كومبيوتر نوع HP..

### 4-3 الاختبارات المستعملة في البحث :

#### 1-اختبار دقة مهارة الارسال في التنس:(علي سلمان الطرفي , 2013 )

الهدف من الاختبار : قياس دقة الارسال  
الادوات المطلوبة : ملعب تنس قانوني , مضارب , كرات , شريط قياس , استبانة  
تسجيل , حبل , عمودين لتثبيت الحبل .  
وصف الاداء :

يثبت حبل بعرض (2) سم في طرفي القائم من الاعلى , حيث تكون المسافة بينه وبين الشبكة (130) سم وبينه وبين الارض (220)سم , يقف المختبر خلف خط القاعدة المخصصة لاداء الارسال ويقوم بالاداء بعد سماع الاشارة بحيث تمر الكرة من بين الحبل والشبكة باتجاه المناطق المحددة من بين (1-6) درجات للارسال , يعطي لكل مختبر(12) محاولة وتحسب افضل (10) محاولات كما في الارقام (1-2-3-4-5-6) التي تمثل قيم تشير منطقة الارسال .

الرقم (1) يشير الى مستطيل (4\*4,115) م .

الرقم (2) يشير الى مستطيل (2\*4,20) م .

الرقم (3-4-5-6) يشير الى مستطيلات ابعاد كل واحد منها (2,40\*2,115) م مقسمة الى اربعة مناطق بالتساوي .

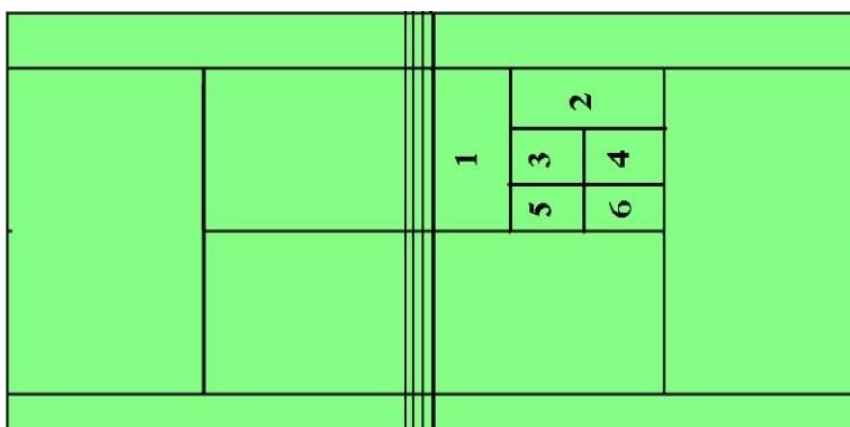
التسجيل :

1- تحسب افضل (10) محاولات من بين (12) محاولة .

2- الكرة التي تمس الخط ما بين المناطق المحددة تحسب الدرجة الاعلى .

3- الكرة التي تمس الحبل او الشبكة لا تحسب محاولة وتعاد .

4- الكرة التي تمر من فوق الحبل وتسقط في المناطق المحددة تاخذ درجة(صفر).



### 3-5 التجربة الاستطلاعية :

اجرت الباحثة التجربة الاستطلاعية في يوم الاحد، الموافق 2023/11/5 على عينة من خارج مجتمع البحث البالغ عددهم (5) طلاب، ويكون الغرض منها تعرّف الصعوبات التي تواجه الباحثة في أثناء تنفيذ اختبار الارسال بالتنس الارضي ,هدفت التجربة الى ما يلي :

1. تعليمياً من خلال استخدام تمارينات مهارية بأسلوب التعلم السريع لأفراد تحديد الوقت المستغرق لتنفيذ الاختبارات .
2. التأكيد على صلاحية الاجهزة والادوات المستخدمة .
3. التحقق من كفاءة فريق العمل المساعد .
4. الصعوبات التي تواجه الباحث اثناء الاختبارات .

### 3-6 الاختبار القبلي :

تم اجراء الاختبارات في يوم الاثنين المصادف 2023/11/6، في ملعب التنس الارضي في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة ، وتم تثبيت الظروف كُلها الخاصة بالاختبارات، وتمّ شرح الاختبارات قبل التطبيق حتّى يتمكن أفراد العينة من فهم الاختبارات، ومحاولة تطبيقها، وأخذ الوقت الكافي لإجراء الإحماء، ويتم تهيئة مستلزمات الاختبار كافة وحضور فريق العمل المساعد، ويتمّ تسجيل نتائج الاختبارات بحسب التعليمات المحددة لكل اختبار.

### 3-7 التجربة الرئيسية :

أن الهدف من التجربة الرئيسية هو تطبيق التمارينات المهارية المعدة من قبل الباحثة .كذلك تم اعداد منهجاً المجموعة التجريبية، بعد أن اطلعت الباحثة على مجموعة من المصادر العلمية فضلاً عن خبرة الباحثة.

وقد تضمن المنهج (8) اسابيع، (16) وحدة تعليمية بواقع وحدتين تعليميتين لكل اسبوع وبزمن قدره (90) دقيقة للوحدة التعليمية بحسب وقت جدول المحاضرات التعليمية واوقات الوحدات التعليمية وبذلك يصبح زمن الودتين التعليميتين في



الاسبوع (180) دقيقة. وتم تطبيق التمرينات من خلال الدخول على القسم الرئيسي للوحدة التعليمية للمجموعة التجريبية وقد استغرق تطبيق التمرينات (60) دقيقة على المجموعة التجريبية في المرحلة الثالثة وكان عددهم (10) طالبة ولمدة 8 اسابيع وقد تم تطبيق التجربة الرئيسية في يوم الثلاثاء 7 / 11 / 2023 والانتهاه في يوم الاربعاء المصادف 2023/12/27 .  
وفيما يأتي التوزيع الزمني للمنهج التعليمي :

- ❖ عدد الاسابيع (8).
  - ❖ عدد الوحدات التعليمية في الاسبوع (2) وحدة :  $(2 \times 8 = 16)$  ستة عشر وحدة .
  - ❖ زمن الوحدة التعليمية (90) دقيقة.
  - ❖ عدد التمرينات في الوحدة التعليمية (3) تمارين.  
وتحتوي كل وحده تعليمية ما يأتي:
- أ- القسم التحضيري (20) دقيقة منها (6) للجانب التنظيمي و(6) للأعداد العام (المقدمة) و(8) للتمارين البدنية (الاعداد الخاص).
- ب- القسم الرئيسي (60) دقيقة منها (20) دقيقة للجزء التعليمي ويتضمن اربع مراحل للتعليم السريع المرحلة الاولى (10) وتشمل التحضير والتهيئة والمرحلة الثانية (10) دقيقة مرحلة العرض والمرحلة الثالثة التمرين (15) دقيقة والمرحلة الرابعة الاداء بزمن (25) دقيقة .
- ج- القسم الختامي (5) دقائق لعبة مصغرة ويشمل تمارين تهدئة واسترخاء و(5) اعادة الادوات والكرات الى المكان المخصص لها والوقوف لأنها الوحدة التعليمية بالصحة الرياضية .

### 3-8 الاختبارات البعدية

تم إجراء الاختبارات البعدية في يوم الاربعاء المصادف 3 / 1 / 2024 في ملعب التنس في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة وذلك بعد الانتهاء , من تنفيذ الوحدات التعليمية وتبلغ (16) وحدة , وتم اجراء الاختبارات البعدية بنفس الظروف التي تمت بها الاختبارات القبلية.

### 3-9 - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

4-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية ومناقشتها:

عمدت الباحثة تطبيق الاختبارات على عينة البحث الرئيسة للمجموعة (التجريبية) المكونة من (10) طالبه .

4-1-1 عرض وتحليل نتائج الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في اختبار الارسال بالتنس:

بعد تفريغ البيانات الخاصة بالاختبارين القبلي والبعدية للمجموعة التجريبية من قبل الباحثة ، ومعالجتها إحصائياً وكما موضح في الجدول التالي :

## يبين نتائج الاختبارات القبليّة والبعدية للمجموعة التجريبية في اختبار الارسال بالتنس

المعاملات الاحصائية اسم الاختبار	وحدة القياس	القبلي		البعدية		قيمة (T) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
		س	ع	س	ع			
الارسال	الدرجة	32.70	3.653	38.80	4.590	6.687	0.00	دال معنوياً

### درجة الحرية (ن=1-10) (9=1-10) عند مستوى الدلالة (0.05)

من خلال الاطلاع على الجدول والذي يوضح نتائج الاختبار القبلي والبعدية للمجموعة التجريبية في اختبار مهارة الارسال بالتنس الارضي ، يتضح لنا ان المتوسط الحسابي للاختبار القبلي بلغ (32.70) درجة ، وبانحراف معياري (653.3)، وبلغ المتوسط الحسابي في الأختبار البعدية (38.80) درجة ، وبانحراف معياري (590.4).

وعند استخدام قانون (T-Test) للعينات المترابطة ظهرت قيمة (T) المحسوبة (6.84) تحت مستوى دلالة (0.00) مما يدل على معنويتها عند مستوى دلالة (0.05) ، وبذلك يكون الفرق دال إحصائياً ولصالح الاختبار البعدية .

تبين في النتائج المعروضة في الجدول السابق إن مجموعة البحث التجريبية قد حققت الهدف في التعلم من حيث التأثير المعنوي ، مع وجود الفروق المعنوية بين الاختبار القبلي والبعدية، ويعود السبب في ذلك إلى فاعلية التمرينات مهارية باستخدام اسلوب التعلم السريع في المجموعة التجريبية وهي أساليب غير متعارف عليها في درس التنس الارضي لما لها من تأثير واضح في اكتساب المهارة بهذه اللعبة .

وان تحقق تلك النتائج المعنوية الواضحة تعزوها الباحثة الى أن هذه النتائج تشير الى أن العمل ضمن التعلم السريع قد وفر الظروف المثلى لتعلم مهارة الارسال من خلال توجيه الطالبات ورفدهم بالتغذية الراجعة لتنظيم أداء التمارين خلال الممارسة المستمرة لأداء المهارات الملازمة للمعرفة مهارية في الوقت نفسه داخل الملعب، فضلاً عن ذلك فإن هذا النوع من التعلم يؤكد عملية التعاون بين الطلبة مع تحمل المسؤولية اثناء تأدية التمارين في الوحدة التعليمية اذ ان التعلم ضمن المنهج التعليمي كان اكثر فعالية من خلال الاداء المشترك في العملية التعليمية، وهذا ما يؤكد (محمد ابراهيم بدره 2012) " ان من ابرز مبادئ التعلم السريع هو المشاركة الفعالة من قبل المتعلمين اذ يتعلم الافراد بشكل اكثر فعالية عندما يشتركون في العملية التعليمية بشكل حقيقي ويتحملون مسؤولية تعلمهم بأيديهم" (محمد ابراهيم, 2012, 68)

و تعزو الباحثة ايضاً بان هذه النتائج في الاختبارات البعدية يعود اثرها في استخدام التمرينات المستخدمة والمعدة من قبل الباحثة والتي تم وضعها بشكل علمي ودقيق فضلاً على التكرار المنظم وفق الاسس العلمية اثناء الأداء الأمر الذي جعل

مستوى افراد المجموعة التجريبية سريعا وفعالا في نتائج الاختبارات ، وهذا ما أكده كل من ( ناريمان وعبد العزيز، 2014 ) "إن إعادة التمرينات المهارية لأكثر عدد ممكن من المرات مع مراعاة فترات الراحة ويفضل أن تكون ايجابية يوفر فرصة كافية للطالبة في إتقان المهارة وأدائها بشكل أحسن وذلك لان التمرين الكثير على المهارات المركبة وإعادتها بصورة صحيحة يساعد على أدائها بشكل سليم خلال اللعب " (ناريمان الخطيب , 2014 , 52)

## 5- الاستنتاجات والتوصيات:

### 1-5 الاستنتاجات:

بعد عرض الجداول وتحليلها ومناقشتها وفي ضوء النتائج التي حصلت عليها الباحثة تم التوصل الى الاستنتاجات الآتية :-

- 1- ان لإستخدام التمرينات المهارية بأسلوب التعلم السريع تأثيراً ايجابيا في تعلم مهارة الارسال بالتنس الارضي .
- 2- حصلت فروقاتٍ معنوية في اختبار الارسال القبليّة والبعديّة لصالح الاختيارات البعدية.

### 2-5 التوصيات:

- في ضوء النتائج والاستنتاجات التي حصلت عليها الباحثة توصي بالآتي:-
- 3- استخدام اسلوب التعلم السريع , في تعلم الطلبة مهارات اساسية اخرى بالتنس الارضي.
  - 4- وجوب استخدام اسلوب التعلم السريع ضمن طرائق تدريس في كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة.
  - 5- اجراء دراسات مشابهة باستخدام التمرينات المهارية بأسلوب التعلم السريع على فئات عمرية مختلفة.
  - 6- اجراء دراسات مشابهة باستخدام التمرينات المهارية بأسلوب التعلم السريع على العاب رياضية اخرى.

### المصادر :-

1. محمد ابراهيم بدره: *التعلم الطبيعي*, ط1 , دار ايلاف ترين للنشر, 2012 .
2. ناريمان الخطيب وعبد العزيز النمر ؛ *التدريب الرياضي الاسس النظرية والتطبيقات العملية*، (حلوان ، مكتبة الاساتذة للكتاب ، 2014) .
3. مازن هادي كزار: *اثر التدريب العقلي والبدني المهاري في دقة وسرعة الاستجابة الحركية للاعبين الريشة الطائرة* , رسالة ماجستير , جامعة بابل , كلية التربية الرياضية , 2003 .
4. وسام صلاح عبدالحسين بتأثير منهج تعليمي تدريبي في تصحيح الاخطاء الفنية وتطوير بعض القدرات العقلية ودقة المهارات الاساسية للاعبين الشباب بالريشة الطائرة , اطروحة دكتوراه , كلية التربية الرياضية , جامعة بابل , 2011 .

5. وسام صلاح عبد الحسين وآخرون: انماط التعلم وتطبيقاته بين المعلم والمتعلم، ط1، العراق، دار الصادق الثقافية، 2017 .
6. فاطمة بنت مطلق معيش اللحياني: اثر استخدام التعلم السريع في التحصيل الدراسي لمادة المكتبة والبحث والاتجاه نحوها لدى طالبات الصف الاول الثانوي، رسالة ماجستير في المناهج وطرق التدريس، مدينة مكة المكرمة، جامعة ام القرى، كلية التربية، 2012 .
7. علي سلمان عبد الطرقي :الاختبارات التطبيقية في التربية الرياضية، مكتب النور، بغداد، 2013 .
8. غازي صالح محمود ؛ كرة القدم المفاهيم التدريب ، ط1: ( عمان ، المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، 2011) .
9. مازن هادي كزار ؛مجلة علوم الرياضة، ع4، م5، 2012 .
10. فرات جبار سعد الله ؛ اساسيات في التعلم الحركي ، ط1: (عمان، دار الرضوان للنشر والتوزيع، 2015)ص39 .
11. أيلى زهران ؛ الاسس العلمية والعملية للتمرينات الفنية : (القاهرة ، دار الفكر العربي ، 2005) .
12. جاسم حسن غازي: أثر التعلم السريع في تعلم ودقة واحتفاظ بعض المهارات الأساس بالكرة الطائرة، رسالة ماجستير، جامعة الكوفة، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، 2016 .

#### المصادر باللغة الانجليزية :-

1. Muhammad Ibrahim Badra: Natural Learning, 1st edition, Elaf Train Publishing House, 2012.
2. Nariman Al-Khatib and Abdulaziz Al-Nimr; Sports training, theoretical foundations and practical applications, (Helwan, Professors' Book Library, 2014).
3. Mazen Hadi Kazar: The effect of mental and physical skill training on the accuracy and speed of motor response of badminton players, Master's thesis, University of Bale, College of Physical Education, 2003.
4. Wissam Salah Abdul Hussein: The effect of an educational training curriculum in correcting technical errors and developing some mental abilities and accuracy of basic skills for young badminton players, doctoral thesis, College of Physical Education, University of Babylon, 2011.
5. Wissam Salah Abdel Hussein and others: Learning patterns and their applications between the teacher and the learner, 1st edition, Iraq, Dar l-Sadiq Cultural House, 2017.

6. Fatima bint Mutlaq Maish Al-Lahyani: The effect of using accelerated learning on the academic achievement of the library subject and research and the attitude towards it among first-year secondary school female students, Master's thesis in Curriculum and Teaching Methods, Makkah Al-Mukarramah City, Umm Al-Qura University, College of Education, 2012.
7. Ali Salman Abdel Tarfi: Applied tests in physical education, Al-Nour Office, Baghdad, 2013.
8. Ghazi Saleh Mahmoud; Football Training Concepts, 1st edition: (Amman, Arab Society for Publishing and Distribution, 2011).
9. Mazen Hadi Kazar, Journal of Sports Sciences, No. 4, Issue 5, 2012.
10. Furat Jabbar Saadallah; Basics in Motor Learning, 1st edition: (Amman, Dar Al-Radwan for Publishing and Distribution, 2015), p. 39.
11. Laila Zahran; Scientific and practical foundations for artistic exercises: (Cairo, Dar Al-Fikr Al-Arabi, 2005).
12. Jassim Hassan Ghazi: The effect of rapid learning on learning, accuracy, and retention of some basic skills in volleyball, Master's thesis, University of Kufa, College of Physical Education and Sports Sciences, 2016.